



THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN KHÓA 49 KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

PHYSICAL FITNESS STATUS OF STUDENT COURSE 49, FACULTY OF PHYSICAL
EDUCATION, HO CHI MINH CITY UNIVERSITY OF EDUCATION

TÓM TẮT: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, thông qua các test kiểm tra thể lực, nghiên cứu đã tiến hành kiểm tra thực trạng thể lực của sinh viên khóa 49, Khoa Giáo dục Thể chất, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, đồng thời tiến hành so sánh với tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định. Kết quả nghiên cứu sẽ là cơ sở khoa học khách quan góp phần nâng cao chất lượng công tác đào tạo cho sinh viên Khoa Giáo dục thể chất của Nhà trường.

TỪ KHÓA: thể lực, sinh viên, Khoa Giáo dục thể chất.

ABSTRACT: Using regular scientific research methods, through physical fitness tests, the study examined the physical fitness status of students course 49, Faculty of Physical Education, Ho Chi Minh City University of Education, at the same time compare with the standards for assessing physical fitness of students prescribed by the Ministry of Education and Training. The research results will be an objective scientific basis that will contribute to improving the quality of training for students of the Faculty of Physical education at university.

KEYWORDS: Physical fitness, student, Faculty of Physical education.

PHAN THỊ MỸ HOA

*Trường Đại học Sư phạm Thành phố
Hồ Chí Minh*

PHAN THI MY HOA

*Ho Chi Minh City University
of Education*

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong nhà trường là một nhiệm vụ quan trọng trong hệ thống giáo dục quốc dân nhằm hoàn thiện và phát triển cả về thể chất và sức khỏe của con người. Công tác GDTC cho sinh viên được chia thành hai nội dung riêng biệt, bao gồm dạy học động tác và giáo dục các tố chất vận động. Dạy động tác nhằm tăng cường sức khỏe, sự linh hoạt của sinh viên; tăng cường khả năng thích

nghi với môi trường xung quanh; giúp sinh viên có được tinh thần sảng khoái, tinh táo và sự tập trung cao độ trong học tập. Giáo dục các tố chất vận động nhằm khai thác và phát triển tối đa các tố chất vận động của mỗi sinh viên; giúp cho sinh viên có được kiến thức sâu sắc về sức khỏe, cách sống lành mạnh và cải thiện chất lượng cuộc sống của mình.

Trong những năm qua, công tác đào tạo sinh viên chuyên ngành GDTC luôn được Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh nói chung và Khoa GDTC nói riêng quan tâm, đầu tư phát triển. Tuy nhiên, trong thực tế các hoạt động liên quan đến công tác giảng dạy, đào tạo cho sinh viên chuyên ngành GDTC vẫn còn

nhiều vấn đề tồn tại. Bên cạnh các yếu tố về cơ sở vật chất, nội dung giảng dạy, đội ngũ giảng viên, ... thì vấn đề thể lực của sinh viên cũng là một trong những yếu tố cần được quan tâm thường xuyên để có những biện pháp cần thiết, kịp thời góp phần nâng cao chất lượng đào tạo SV của Khoa GDTC. Trong đó, việc thường xuyên tiến hành đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên là vấn đề cần thiết được thực hiện.

Nghiên cứu này được thực hiện nhằm đánh giá thực trạng thể lực của SV khóa 49 Khoa GDTC đang học tại Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả nghiên cứu này sẽ cung cấp các cơ sở khoa học khách quan, đảm bảo độ tin cậy

để góp phần nâng cao hiệu quả cho công tác đào tạo SV chuyên ngành cho Khoa GDTC tại Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh được tốt hơn trong những năm học tiếp theo.

Phương pháp nghiên cứu

Trong quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp như sau: Phương pháp nghiên cứu tài liệu, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp quan sát và phương pháp thống kê.

Khách thể nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành trên 49 SV (37 SV nam, 12 SV nữ) khóa 49 Khoa GDTC (học kỳ I, năm 1) Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh.

Thời gian nghiên cứu được thực hiện từ tháng 09/2023 đến hết tháng 12/2023.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng thể lực của sinh viên khóa 49 Khoa Giáo dục thể chất Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh

Nghiên cứu căn cứ vào các nội dung đánh giá thể lực của sinh viên quy định theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên bao gồm: Lực bóp tay thuận (kg), Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (s), Chạy con thoi 4x10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m) [2]. Cách thức tổ chức đánh giá: mỗi SV được đánh giá 4 trong 6 nội dung nêu trên, trong đó nội dung Bật xa tại chỗ và Chạy tùy sức 5 phút là bắt buộc.

BẢNG 1: KẾT QUẢ KIỂM TRA CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN NAM KHÓA 49 KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT (n= 37)

TT	NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ	$\bar{x}$	σ	$C_v \%$
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	17,86	2,65	14,82
2	Bật xa tại chỗ (cm)	215,91	7,74	3,58
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	4,98	0,44	8,84
4	Chạy con thoi 4x10m (giây)	12,26	0,52	4,26
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1002,62	40,16	4,01

BẢNG 2: KẾT QUẢ KIỂM TRA CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN NỮ KHÓA 49 KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT (n= 12)

TT	NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ	$\bar{x}$	σ	$C_v \%$
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	16,5	3,12	18,9
2	Bật xa tại chỗ (cm)	163,67	10,04	6,13
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	6,1	0,57	9,43
4	Chạy con thoi 4x10m (giây)	13,01	3,82	29,34
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	866,25	47,58	5,49

Căn cứ theo quy định và tình hình điều kiện thực tiễn tại đơn vị, nghiên cứu tiến hành lựa chọn 05 nội dung đánh giá như sau: Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (s), Chạy con thoi 4x10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m).

Từ các nội dung đánh giá đã lựa chọn, nghiên cứu tiến hành kiểm tra trên 49 SV (37 SV nam, 12 SV nữ) khóa 49 Khoa GDTC (học kỳ I, năm 1) Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả thành tích kiểm tra được trình bày chi tiết tại bảng 1 và 2.

❖ Thành tích kiểm tra các test đánh giá thể lực của SV nam

Phân tích cụ thể kết quả thành tích theo từng test cho thấy:

- Thành tích test Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) của SV nam đạt giá trị $\bar{x} = 17.86$ kg, độ lệch chuẩn $\sigma = 2.65$ kg, hệ số biến thiên $C_v = 14.82 \% > 10\%$.

- Thành tích test Bật xa tại chỗ (cm) của SV nam đạt giá trị

$\bar{x} = 215.91$ cm, độ lệch chuẩn $\sigma = 7.74$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 3.58 \% < 10\%$.

- Thành tích test Chạy 30m xuất phát cao (s) của SV nam đạt giá trị $\bar{x} = 4.98$ s, độ lệch chuẩn $\sigma = 0.44$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 8.84 \% < 10\%$.

- Thành tích test Chạy con thoi 4x10m (giây) của SV nam đạt giá trị $\bar{x} = 12.26$ cm, độ lệch chuẩn $\sigma = 0.52$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 4.26 \% < 10\%$.

- Thành tích test Chạy tùy sức 5 phút (m) của SV nam đạt giá trị $\bar{x} = 1002.62$, độ lệch chuẩn $\sigma = 40.16$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 4.01 \% < 10\%$.

Qua thống kê cho thấy giá trị trung bình các test đánh giá thể lực của SV nam chuyên ngành GDTC có độ đồng nhất cao ($C_v < 10\%$) là test Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (s), Chạy con thoi 4x10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m). Riêng test Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) có động đồng nhất trung bình giữa các khách thể nghiên

**BẢNG 3: TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC ĐỐI VỚI NAM, NỮ 18 TUỔI THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT**

GIỚI TÍNH	PHÂN LOẠI	NĂM NGỪA GẬP BỤNG (LẦN/30 GIÂY)	BẬT XA TẠI CHỖ (CM)	CHẠY 30M XPC (GIÂY)	CHẠY CON THOI 4 X 10M (GIÂY)	CHẠY TÙY SỨC 5 PHÚT (M)
Nam	Tốt	> 21	> 222	< 4,80	< 11,80	> 1050
	Đạt	≥ 16	≥ 205	≤ 5,80	≤ 12,50	≥ 940
Nữ	Tốt	> 18	> 168	< 5,80	< 12,10	> 930
	Đạt	≥ 15	≥ 151	≤ 6,80	≤ 13,10	≥ 850

cứu ($10\% < C_v < 20\%$).

❖ Thành tích kiểm tra các test đánh giá thể lực của SV nữ

Phân tích cụ thể kết quả thành tích theo từng test cho thấy:

- Thành tích test Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) của SV nữ đạt giá trị $\bar{x} = 16.5$ kg, độ lệch chuẩn $\sigma = 3.12$ kg, hệ số biến thiên $C_v = 18.9\% > 10\%$.

- Thành tích test Bật xa tại chỗ (cm) của SV nữ đạt giá trị $\bar{x} = 163.67$ cm, độ lệch chuẩn $\sigma = 10.04$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 3.13\% < 10\%$.

- Thành tích test Chạy 30m xuất phát cao (s) của SV nữ đạt giá trị $\bar{x} = 6.1$ s, độ lệch chuẩn $\sigma = 0.57$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 9.43\% < 10\%$.

- Thành tích test Chạy con thoi 4x10m (giây) của SV nữ đạt giá trị $\bar{x} = 13.01$ cm, độ lệch chuẩn $\sigma = 3.82$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 29.34\% > 10\%$.

- Thành tích test Chạy tùy sức 5 phút (m) của SV nữ đạt giá trị $\bar{x} = 866.25$, độ lệch chuẩn $\sigma = 47.58$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 5.49\% < 10\%$.

Qua thống kê cho thấy giá trị trung bình các test đánh giá thể lực của SV nữ chuyên ngành GDTC có độ đồng nhất cao ($C_v < 10\%$) là test Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (s), Chạy tùy sức 5 phút (m). Test Nằm ngửa gập bụng

(lần/30 giây) có động đồng nhất trung bình giữa các khách thể nghiên cứu ($10\% < C_v < 20\%$). Test có độ đồng nhất thấp nhất là test Chạy con thoi 4x10m (giây) ($C_v > 20\%$).

2.2. Đánh giá thể lực của sinh viên khóa 49 Khoa Giáo dục thể chất theo tiêu chuẩn quy định tại Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Từ kết quả thành tích thể lực của SV, nghiên cứu tiến hành so sánh trình độ thể lực của SV theo tiêu chuẩn quy định tại Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả thống kê chi tiết được trình bày tại bảng 4. Trong đó:

Đối với SV nam qua kết quả thống kê cụ thể từng test cho thấy:

+ Test Nằm ngửa gập bụng (lần): Có 04 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 10.81%, 24 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 64.87%, 09 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 24.32%.

+ Test Bật xa tại chỗ (cm): Có 05 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 13.51%, 28 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 75.68%, 04 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 10.81%.

+ Test Chạy 30m xuất phát

cao (s): Có 07 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 18.92%, 29 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 73.81%, 01 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 2.7%.

+ Test Chạy con thoi 4x10m (s): Có 05 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 13.51%, 26 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 75.68%, 03 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 8.1%.

+ Test Chạy 5 phút tùy sức (m): Có 06 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 16.22%, 28 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 73.81%, 01 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 2.7%.

Đối với SV nữ qua kết quả thống kê cụ thể từng test cho thấy:

+ Test Nằm ngửa gập bụng (lần): Có 02 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 16.67%, 07 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 58.33%, 03 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 25%.

+ Test Bật xa tại chỗ (cm): Có 04 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 33.33%, 06 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 50%, 02 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 16.67%.

+ Test Chạy 30m xuất phát cao (s): Có 03 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 25%, 08 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 66.67%, 01 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 8.33%.

+ Test Chạy con thoi 4x10m

BẢNG 4: KẾT QUẢ XẾP LOẠI THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN KHÓA 49 THEO TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO (n=49)

TT	XẾP LOẠI CÁC CHỈ TIÊU (TEST)	SINH VIÊN NAM (n=37)						SINH VIÊN NỮ (n=12)					
		Tốt		Đạt		Chưa đạt		Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	4	10,81	24	64,87	9	24,32	2	16,67	7	58,33	3	25
2	Bật xa tại chỗ (cm)	5	13,51	28	75,68	4	10,81	4	33,33	6	50	2	16,67
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	7	18,92	29	73,38	1	2,7	3	25	8	66,67	1	8,33
4	Chạy con thoi 4x10m (giây)	5	13,51	26	70,27	6	16,22	1	8,33	7	58,33	4	33,33
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	6	16,22	28	75,68	3	8,1	0	0	8	66,67	4	33,33

(s): Có 01 SV xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 8.33%, 07 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 58.33%, 04 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 33.33%.

+ Test Chạy 5 phút tùy sức (m): có 08 SV xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 66.67%, 04 SV xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 33.33%.

Thông qua kết quả xếp loại thể lực của SV Khóa 49 Khoa GDTC khóa 49 tại Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh có thể thấy trình độ thể lực SV đều ở mức đạt trở lên. Đối với test Chạy 30m xuất phát cao (s) có tỷ lệ SV ở mức Đạt trở lên rất tốt (đạt 92,3% đối với nam và 91,67% đối với nữ). Điều này hoàn toàn phù hợp với tình hình thực tế trong quá trình học tập và rèn luyện thực hành tại Khoa GDTC. Có thể thấy, trong học kỳ I SV khóa 49 được học học phần điển kinh trong đó có nội dung chạy. Ngoài ra, đối với các học phần Phổ tu Bóng rổ, Thể dục, SV được học các bài khởi động chủ yếu tập trung vào các bài tập sức mạnh tốc độ, bài tập biến tốc,.. những bài tập này góp phần phát triển tốc độ tạo nên tố chất

sức nhanh cho SV.

Tuy nhiên, đối với SV nam, test Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) có tỷ lệ SV chưa đạt tiêu chuẩn cao nhất là 24,32%. Riêng đối với SV nữ, 2 test Chạy con thoi 4x10m (giây) và Chạy tùy sức 5 phút (m) có tỷ lệ SV chưa đạt cao nhất cùng bằng 33,33%. Kết quả so sánh về số lượng thực tế, thì có sự chênh lệch về thể lực giữa các SV. Cụ thể, có những SV đạt ở chỉ số này nhưng lại không đạt ở chỉ số kia. Điều này chứng tỏ, trình độ thể lực của SV khóa 49 Khoa GDTC không toàn diện.

Thực trạng này xuất phát từ nhiều nguyên nhân khác nhau, trong đó một số nguyên nhân có thể kể đến như: phương pháp, nội dung giảng dạy chưa thực sự phù hợp, các bài tập phát triển thể lực vào buổi học chưa có tính hệ thống; nội dung và phương pháp lên lớp giữa các giảng viên chưa thống nhất; điều kiện sân tập, dụng cụ chưa đáp ứng tập luyện và học tập. Ngoài ra các hoạt động ngoại khóa vẫn chưa được tổ chức tập luyện không thường xuyên và chưa có đủ giảng viên hướng dẫn.

2.3. Đề xuất một số giải pháp góp phần nâng cao thể lực cho sinh viên khóa 49, Khoa Giáo dục Thể chất, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh

Trên cơ sở tổng hợp, phân tích các tài liệu, báo cáo khoa học của các nhà khoa học trong nước được công bố gần đây, dựa vào điều kiện cụ thể về chương trình môn học GDTC, cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ, đội ngũ giảng viên và các yếu tố đảm bảo khác của Nhà trường. Nghiên cứu tiến hành đề một số giải pháp góp phần nâng cao thể lực cho sinh viên khóa 49 Khoa GDTC, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh như sau:

- Thứ nhất, nâng cao nhận thức về tầm quan trọng của công tác GDTC cũng như sự cần thiết của việc tập luyện TDTT để nâng cao sức khỏe, phát triển toàn diện các tố chất vận động của SV

Sinh viên cần phải nhận thức đầy đủ về ý nghĩa và tầm quan trọng của giờ học GDTC, đảm bảo hiệu quả giáo dục là nâng cao nhận thức, vị trí, vai trò của việc tập luyện nâng cao sức khỏe, hình thành và nâng cao các kỹ năng vận động cơ



bản, giáo dục toàn diện các tố chất vận động, đồng thời trang bị những kiến thức lý luận về phương pháp tập luyện nâng cao sức khỏe cho SV.

- Thứ hai, đổi mới phương pháp tổ chức giảng dạy, gắn nội dung giảng dạy lý thuyết với các bài tập phát triển thể lực.

Khoa GDTC cần xây dựng chuyên đề tọa đàm hoặc hội thảo chuyên môn để thảo luận tìm ra nguyên nhân dẫn đến chất lượng thể lực sinh viên chưa đạt như mong đợi để từ đó có giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy, đánh giá nhằm kích thích tính hứng thú học tập của sinh viên. Áp dụng các nguyên tắc giảng dạy phù hợp với đặc điểm cá nhân của sinh viên đồng thời chú trọng áp dụng các giải pháp khoa học công nghệ thông tin vào trong giảng dạy từ đó đạt được mục tiêu đề ra.

Giảng viên cần sử dụng linh hoạt các phương pháp giảng dạy như thuyết giảng, tập luyện, sửa sai kết hợp với ứng dụng công nghệ thông tin, học liệu số để nâng cao chất lượng giờ học GDTC.

- Thứ ba, cải tạo cơ sở vật chất, tăng cường kinh phí phục vụ

công tác GDTC.

Cải tạo nâng cấp sân bãi để có thể tận dụng tối đa điều kiện cơ sở vật chất của Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh nhằm phục vụ giảng dạy và luyện tập; đảm bảo có kế hoạch cải tạo nhà thi đấu, tập luyện thể dục thể thao...; mua sắm bổ sung các trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện đủ về số lượng và đảm bảo chất lượng.

- Thứ tư, tăng cường các hoạt động tập luyện ngoại khóa cho SV.

Trường xuyên tổ chức các hoạt động ngoại khóa liên quan đến TDTT cho SV. Khoa GDTC cần xây dựng kế hoạch, tổ chức tập luyện với nhiều hình thức như tập luyện theo đội, nhóm, lớp; tập luyện cá nhân; tập luyện với giảng viên. Toàn bộ quá trình tập luyện đều phải có sự theo dõi và hướng dẫn tập luyện từ phía giảng viên.

Thành lập các câu lạc bộ TDTT gắn liền với chương trình đào tạo để tạo điều kiện thuận lợi cho SV tham gia tập luyện và thi đấu. Tổ chức, quản lý dưới hình thức câu lạc bộ và có chế độ ưu, đãi cụ thể, tạo điều kiện thu hút được đông đảo SV tham gia tập

luyện đúng mô hình.

3. KẾT LUẬN

Thông qua kết quả đánh giá thể lực SV cho thấy trình độ thể lực của SV khóa 49, Khoa GDTC, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh đều xếp loại ở mức đạt trở lên, nhiều chỉ số có kết quả rất tốt. Tuy nhiên, vẫn còn nhiều SV chưa đạt yêu cầu theo tiêu chuẩn quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo đề ra, chứng tỏ trình độ thể lực của SV hiện nay chưa đồng đều.

Quá trình nghiên cứu cũng đã tìm ra được một số nguyên nhân ảnh hưởng đến thể lực của SV như: nội dung chương trình, các điều kiện sân bãi, dụng cụ, trang thiết bị và phương pháp dạy học, các hoạt động ngoại khóa là những nguyên nhân cơ bản và nổi trội. Trên cơ sở nghiên cứu đã đề xuất được 04 giải pháp cần thiết, có khả năng ứng dụng nhằm nâng cao thể lực cho SV khóa 49, Khoa Giáo dục Thể chất, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 15/01/2024;
ngày phản biện đánh giá: 25/01/2024;
ngày chấp nhận đăng: 16/02/2024)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
2. Nguyễn Thế Tinh, Nguyễn Văn Cường, Phạm Tuấn Dũng (2017), Thực trạng thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục Thể chất Đại học Huế, Tạp chí Khoa học – Đại học Huế, Tập 126, Số 6B/2017, tr. 123–132.
3. Lâm Quang Thành và cộng sự (2016), Giáo trình Đo lường thể thao, NXB Đại học Quốc gia TP. Hồ Chí Minh.
4. Nguyễn Hoàng Minh Thuận và cộng sự (2017), Giáo trình Thống kê trong thể dục thể thao, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
5. Nguyễn Anh Tuấn (2017), Thực trạng và giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên Trường Đại học Quảng Bình, Tạp chí Thông tin Khoa học và Công nghệ Quảng Bình, số 2/2017, tr. 51–55.